

第2回ひまわり太極拳・きたきゅう体操 共演会

開催日:平成30年3月11日(日)13:00~16:30 場所:北九州芸術劇場 中劇場

人生100年時代！健康長寿！「第2回ひまわり太極拳・きたきゅう体操 共演会」に同窓生出演！

3月11日(日)13時から北九州芸術劇場で「北九州のロコモ予防ご当地体操の共演会」(主催:北九州市認知症支援・介護予防センター)が520名の参加で行われ、盛会でした。市内14グループの発表と応援があり、わが同窓会出身の普及員も各地域から3チームに出演し元気に頑張りました。

高須ひまわり太極拳クラブ23名(4期香月英彦)、大膳チーム&7期普及員チーム14名(5期山地博・2期岡崎直実)、夢追いサロンもりふじひまわり太極拳馬借クラブ18名(7期森藤明)の3チームです。

「高須チーム」は、きたきゅう体操30秒・「ひまわりの花」(小倉南区出身の富永祐輔さん作詞作曲)をバックミュージックに5分、EG体操90秒で「圧巻賞」、「大膳チーム」は元気な掛け声もあり「チャレンジ賞」、「もりふじチーム」は優雅さがあり「雅賞」で、おのおの日頃の努力が評価されました。他のチームも審査員特別賞の千代チームの「きたきゅう体操アレンジ演技」など工夫した努力を見習いたいと思います。

同窓生の皆さんも是非参加してロコモ予防で認知症など生活習慣病を軽減するよう、「北九州市民みんなで、人生100年時代！健康長寿！」を目指しましょう！

また共演会当日の3月11日は「東日本大震災7年目の日」でしたので参加者全員で黙とうし悼みました。災害後のケアでも健康体操は大切な習慣の一つです。
(文責:4期 香月英彦 写真提供:2期 岡崎直実)



香月チーム



北九州市オリジナル Let's みんなで介護予防の
第2回 ひまわり太極拳・きたきゅう体操
共演会
14グループの発表と応援
平成30年3月11日(日)
時間 13:00~16:30 会場 北九州芸術劇場 中劇場

プログラム
13:00 開会
13:10 第一部発表
14:20 休憩
14:30 第二部発表
15:40 休憩
15:50 イベント
16:00 表彰式
16:30 閉会

主催 北九州市認知症支援・介護予防センター

プログラム12 15:10~

大膳タイチー & 7期普及員グループ (14名)

活動場所: 八幡西区大膳・フレッシュプラザ

私たちのグループは、共演会のために結成された「出来たてほやほや」のグループです。これを機に1歩前進したいと思います。前列の6名は普及員養成講座の同期生で、後列の8名は八幡西区大膳で自主グループ活動をしている大膳タイチーのメンバーです。今日はひまわり太極拳とEG体操をします。



山地チーム

演舞開始「鳳凰展翅」



EG体操(よく揃っています)



2018/03/11

演舞「蹬脚托天」



最後は皆でエイエイオー!

森藤チーム



表彰式 3チームとも表彰されました

